

ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА И ПРОФЕССИОНАЛЬНАЯ ФИЗИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВКА

Научная статья

УДК 796.01:159.9

<https://doi.org/10.35266/2949-3463-2024-3-7>

Структура и содержание профессионально-ориентированной технологии формирования психофизической готовности студентов-медиков в процессе физического воспитания в университете

Матвей Андреевич Брусов^{1✉}, Наталья Виллиевна Пешкова²

^{1, 2} Сургутский государственный университет, Сургут, Россия

¹ brusov_ma@surgu.ru ✉, <https://orcid.org/0009-0002-5765-6484>

² peshkova_nv@surgu.ru, <https://orcid.org/0000-0002-0672-2130>

Аннотация. Организация образовательного процесса будущих медиков требует особого внимания, поскольку врачи, в зависимости от специфики выполняемой деятельности, подвержены воздействию различных негативных факторов, что отражается не только на их физической и умственной работоспособности, но и на состоянии здоровья в целом. Вышеобозначенное актуализирует необходимость формирования психофизической готовности студентов-медиков к будущей профессиональной деятельности уже в процессе обучения в университете. Ведущую роль в решении данной задачи может выполнять физическое воспитание, однако это становится возможным в случае его построения с учетом предъявляемых требований к труду медицинских работников.

Представленная в статье профессионально-ориентированная технология формирования психофизической готовности студентов-медиков апробирована на кафедре физической культуры Сургутского государственного университета и может быть рекомендована для специалистов в области физического воспитания и спорта, преподавателей университета, организующих учебный процесс по физическому воспитанию и спорту.

Ключевые слова: психофизическая готовность, студенты-медики, профессионально-ориентированная технология, физическое воспитание в университете

Шифр специальности: 5.8.4. Физическая культура и профессиональная физическая подготовка.

Для цитирования: Брусов М. А., Пешкова Н. В. Структура и содержание профессионально-ориентированной технологии формирования психофизической готовности студентов-медиков в процессе физического воспитания в университете // Северный регион: наука, образование, культура. 2024. Т. 25, № 3. С. 68–73. <https://doi.org/10.35266/2949-3463-2024-3-7>.

Original article

Structure and content of professionally oriented technology of forming psychophysical readiness of medical students in process of physical education in university

Matvey A. Brusov^{1✉}, Natalya V. Peshkova²

^{1, 2} Surgut State University, Surgut, Russia

¹ brusov_ma@surgu.ru ✉, <https://orcid.org/0009-0002-5765-6484>

² peshkova_nv@surgu.ru, <https://orcid.org/0000-0002-0672-2130>

Abstract. Special attention is required in organizing the educational process for future doctors. Since doctors depending on the specifics of their work, experience various negative factors that not only affect their physical and mental performance but also their overall health. The above mentioned highlights the need to develop the psychophysical readiness of medical students for future professional activities as part of the studying process at a university. Organizing physical education in a way that takes into account the requirements for the work of medical workers can play a leading role in solving this problem.

The Department of Physical Education at Surgut State University tested the professionally oriented technology for the formation of psychophysical readiness of medical students presented in the article. This technology can be recommended for specialists in the field of physical education and sports, as well as university teachers who organize the educational process in physical education and sports at the university.

Keywords: psychophysical readiness, medical students, professionally oriented technology, physical education in university

Code: 5.8.4. Physical Culture and Professional Physical Training.

For citation: Brusov M. A., Peshkova N. V. Structure and content of professionally oriented technology of forming psychophysical readiness of medical students in process of physical education in university. *Severny region: nauka, obrazovanie, kultura*. 2024;25(3):68–73. <https://doi.org/10.35266/2949-3463-2024-3-7>.

ВВЕДЕНИЕ

Развитие различных отраслей экономики невозможно без постоянного их пополнения квалифицированными специалистами, которые будут не только обладать достаточным уровнем универсальных и профессиональных компетенций, но и длительное время смогут сохранять физическую и умственную работоспособность как гарантов высокой производительности труда.

В связи с этим возрастает роль образовательного процесса по физической культуре и спорту в высших учебных заведениях, в рамках которого поддерживается не только актуальный уровень физической подготовленности обучающихся, но и формируется долгосрочная готовность к поддержанию оптимального состояния организма для осуществления трудовых функций в будущем.

Особого внимания в обозначенном контексте требует организация физического воспитания будущих медиков. Врач, в зависимости от специфики выполняемой профессиональной деятельности, может подвергаться воздействию различных вредных факторов (биологических, химических, физических), среди которых высокая напряженность трудового процесса (когнитивные, эмоциональные и физические перегрузки) занимает лидирующую позицию и может приводить к развитию патологических процессов, снижению в целом состояния здоровья медицинского работника.

Формирование в процессе обучения в университете психофизической готовности студентов-медиков к осуществлению будущей профессиональной деятельности обеспечивает в последующем более быструю психи-

ческую адаптацию к условиям труда, оптимальный уровень физической и умственной работоспособности.

Физическое воспитание в университете и организованная с учетом предъявляемых требований к труду медицинских работников профессионально-прикладная физическая подготовка (далее – ППФП) позволяют эффективно решать обозначенные проблемы посредством подбора и дальнейшей реализации в физкультурной деятельности разнообразных оздоровительных технологий, методов и средств, ориентированных на конкретные запросы практики.

МАТЕРИАЛЫ И МЕТОДЫ

Теоретическое обоснование, разработка и апробация профессионально-ориентированной технологии формирования психофизической готовности студентов-медиков в процессе физического воспитания проводились на базе кафедры физической культуры Surgutского государственного университета. В процессе исследования использовались методы: теоретический анализ, обобщение научной и учебно-методической литературы, нормативно-правовой документации в сфере физической культуры, спорта и здравоохранения, опрос, педагогическое тестирование, констатирующий и формирующий эксперименты.

РЕЗУЛЬТАТЫ И ИХ ОБСУЖДЕНИЕ

На основании проведенного анализа научных трудов А. О. Егорычева, И. П. Ильина, О. Н. Сергеевой и др., профессиональных стандартов «Врач-лечебник» и «Врач-педиатр

участковый», профиограмм врача были определены структура и содержание психофизи-

ческой готовности студентов-медиков, которая представлена на рисунке [1–6].



Рисунок. Структура психофизической готовности студента-медика

Примечание. Составлено по материалам источника [7].

В отношении компонентов психофизической готовности следует отметить, что их содержание, с одной стороны, в полной мере соответствует требованиям, предъявляемым к профессиям группы «человек – человек», с другой – отражает специфику трудовых функций медицинского работника, связанных с воздействием различных негативных факторов [7, 8].

Определение структурных и содержательных компонентов психофизической готовности студента-медика обусловило требования к разработке структуры и содержания профессионально-ориентированной технологии, ее формированию в процессе физического воспитания в университете (таблица).

По мнению авторов статьи, пристальное внимание необходимо акцентировать на представленных в методологическом блоке принципах ППФП. Хотя их изучению посвящены труды ряда ученых, однозначного понимания у исследователей в настоящее время нет [9, 10].

В связи с этим необходимо конкретизировать принципы ППФП:

- принцип учета специфики профессиональной деятельности: физическая подготовка должна учитывать специфические требования

и условия конкретной профессиональной деятельности;

- принцип предупреждения профессиональных заболеваний: помимо физической подготовки будущих специалистов, подбор физических упражнений определяется с учетом предупреждения возможных профессиональных заболеваний и дальнейшей профилактики их возникновения;

- принцип содействия в профессиональном обучении: средства и методы, используемые на занятиях по дисциплинам блока ФГОС ВО «Физическая культура и спорт», должны способствовать в том числе освоению базовых учебных дисциплин и формированию общепрофессиональных и профессиональных компетенций для успешного завершения образовательной программы;

- принцип сопряженного решения педагогических задач по профессионально-прикладной физической подготовке и общей физической подготовке (далее – ОФП): раскрывается посредством подбора таких физических упражнений и методов физического воспитания, которые в полной мере учитывают специфику трудовых функций, присущих конкретной профессиональной деятельности.

Таблица

Профессионально-ориентированная технология формирования психофизической готовности студентов-медиков в процессе физического воспитания в университете

Структурные элементы	Содержание
Целевой блок	Формирование психофизической готовности студентов-медиков к профессиональной деятельности в процессе физического воспитания

Окончание таблицы

Структурные элементы	Содержание
Методологический блок	<p><i>Методологические подходы:</i> системный, деятельностный, личностно-ориентированный.</p> <p><i>Принципы обучения:</i></p> <p>а) содержательные, отражающие требования к гуманитарной составляющей процесса обучения, его социальную направленность;</p> <p>б) организационно-методические, в рамках которых определяется необходимость при построении процесса обучения учитывать возрастные и индивидуальные особенности обучающихся, уровень их подготовленности с учетом предыдущих этапов образования, необходимость развития креативного мышления и формирования активного отношения к дальнейшему профессиональному росту.</p> <p><i>Принципы физического воспитания:</i> непрерывности, чередования нагрузок и отдыха, постепенного наращивания нагрузок, адаптивного сбалансирования динамики нагрузок, цикличности, возрастной адекватности [10].</p> <p><i>Принципы профессионально-прикладной физической подготовки:</i> учета специфики профессиональной деятельности, предупреждения профессиональных заболеваний, содействия в профессиональном обучении, сопряженного решения педагогических задач по ППФП и ОФП</p>
Содержательно-организационный блок	<p><i>Диагностическо-проектировочный этап (оценка состояния психофизической готовности):</i> психологический компонент (коммуникативная толерантность, стрессоустойчивость, тревожность, скорость реакции, тип нервной системы, устойчивость внимания); физический компонент (физическая подготовленность и функциональные состояния).</p> <p><i>Формирующий этап (направленное воздействие на формирование психофизической готовности студентов-медиков):</i></p> <p>Формы проведения занятий: контактные (практические занятия, методико-практические занятия), дистанционные (СРС в ЭОиДОТ).</p> <p>Формы организации занимающихся: фронтальный, групповой, индивидуальный.</p> <p>Методы: общепедагогические (словесный, наглядный), специфические (строго регламентированного упражнения, игровой, соревновательный). Оздоровительно-рекреативные технологии: дыхательная, релаксационная гимнастика и др.</p> <p>Средства: физические упражнения (индивидуальные, парные, групповые) с акцентированным развитием скорости реакции и внимания.</p> <p><i>Оценочно-корректировочный этап (оценка и коррекция текущих результатов после педагогического воздействия; оценка итоговых результатов после опытно-экспериментальной работы)</i></p>
Результативный блок	<p>Высокий уровень психофизической готовности студентов медиков к профессиональной деятельности</p>

Примечание. Составлено авторами на основании данных, полученных в исследовании.

Относительно структуры содержательно-организационного блока следует обозначить, что представленный диагностический инструментарий позволяет в полной мере выявить индивидуальные и личностные особенности студентов, характеризующие актуальный уровень их психофизической готовности, которые в дальнейшем учитываются в процессе подбора форм, средств и методов, применяемых на формирующем этапе.

Так, в целях снижения утомляемости нервной системы, развития скорости реакции и повышения устойчивости внимания могут использоваться: физические упражнения с изменением скорости и направления движения по сигналу, упражнения на переключение внимания, сложнокоординационные упраж-

нения с разнообразным спортивным инвентарем, подвижные игры и др.

Развитие коммуникативной толерантности достигалось посредством разработки и реализации упражнений, направленных на всестороннее взаимодействие обучающихся не только в игровых ситуациях, но и при выполнении гимнастических и силовых упражнений.

Для формирования оптимального уровня стрессоустойчивости и снижения тревожности применяются оздоровительно-рекреативные технологии: релаксационная и дыхательная гимнастика, упражнения стретчинга и др.

Апробация разработанной профессионально-ориентированной технологии формирования психофизической готовности студентов-медиков в процессе физического воспитания

в Сургутском государственном университете подтвердила ее эффективность. По всем выделенным показателям, характеризующим психофизическую готовность обучающихся, получены положительные сдвиги. Отслеживание отсроченного эффекта выявило, что студенты-медики используют самостоятельно изученные оздоровительно-рекреативные технологии, в частности релаксационную и дыхательную гимнастики, упражнения стретчинга и др., для снижения тревожности, нормализации психоэмоционального состояния.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Анализ научной и учебно-методической литературы, нормативно-правовой докумен-

тации в сфере физической культуры, спорта и здравоохранения, практический опыт организации образовательного процесса по физической культуре в университете позволили сделать вывод о важности и целесообразности реализации профессионально-ориентированной технологии формирования психофизической готовности студентов-медиков в процессе физического воспитания в университете. Это обеспечит будущим врачам более быструю психическую адаптацию к условиям труда, оптимальный уровень физической и умственной работоспособности для осуществления профессиональных функций.

Список источников

1. Егорычев А. О. Теория и технология управления психофизической подготовкой студентов к профессиональной деятельности : дис. ... д-ра пед. наук. Ярославль, 2005. 317 с.
2. Ильин Е. П. Психофизиология состояний человека. СПб. : Питер, 2005. 412 с.
3. Об утверждении профессионального стандарта «Врач-лечебник (врач-терапевт участковый)» : приказ Министерства труда и социальной защиты РФ от 21.03.2017 № 293н. Доступ из СПС «Гарант».
4. Об утверждении профессионального стандарта «Врач-педиатр участковый» : приказ Министерства труда и социальной защиты РФ от 27.03.2017 № 306н. Доступ из СПС «Гарант».
5. Романова Е. С. 99 популярных профессий. Психологический анализ и профессиограммы. СПб. : Питер, 2003. 460 с.
6. Сергеева О. Н. Формирование психофизической готовности к профессиональной деятельности будущих специалистов по организации и безопасности движения средствами физической культуры и спорта в вузе : дис. ... канд. пед. наук. Йошкар-Ола, 2012. 262 с.
7. Брусов М. А. Формирование психофизической готовности студентов-медиков в процессе физического воспитания // Физическая культура: воспитание, образование, тренировка. 2023. № 6. С. 36–38.
8. Брусов М. А., Пешкова Н. В. Формирование психофизической готовности к профессиональной деятельности студентов-медиков в процессе обучения в вузе // Физическая культура: воспитание, образование, тренировка. 2023. № 4. С. 55–57.
9. Физическая культура студента / под ред. В. И. Ильинича. М. : Гардарики, 2000. 448 с.

References

1. Egorychev A. O. Teoriia i tekhnologiya upravleniia psikhofizicheskoi podgotovkoi studentov k professionalnoi deiatelnosti: Doctoral Thesis (Pedagogy). Yaroslavl; 2005. 317 p. (In Russ.).
2. Ilin E. P. Psikhofiziologiya sostoianii cheloveka. Saint Petersburg: Piter; 2005. 412 p. (In Russ.).
3. On approval of the professional standard “General Practitioner (District General Practitioner)”: Order of the Ministry of Labor and Social Protection of the Russian Federation dated March 21, 2017 No. 293n. Accessed through Law assistance system “Garant”. (In Russ.).
4. On approval of the professional standard “District Pediatrician”: Order of the Ministry of Labor and Social Protection of the Russian Federation dated March 27, 2017 No. 306n. Accessed through Law assistance system “Garant”. (In Russ.).
5. Romanova E. S. 99 populiarnykh professii. Psikhologicheskii analiz i professiogrammy. Saint Petersburg: Piter; 2003. 460 p. (In Russ.).
6. Sergeeva O. N. Formirovanie psikhofizicheskoi gotovnosti k professionalnoi deiatelnosti budushchikh spetsialistov po organizatsii i bezopasnosti dvizheniia sredstvami fizicheskoi kultury i sporta v vuze: Doctoral Thesis (Pedagogy). Yoshkar-Ola; 2012. 262 p. (In Russ.).
7. Brusov M. A. Formirovanie psikhofizicheskoi gotovnosti studentov-medikov v protsesse fizicheskogo vospitaniia. *Fizicheskaiia kultura: vospitanie, obrazovanie, trenirovka*. 2023;(6):36–38. (In Russ.).
8. Brusov M. A., Peshkova N. V. Formirovanie psikhofizicheskoi gotovnosti k professionalnoi deiatelnosti studentov-medikov v protsesse obucheniia v vuze. *Fizicheskaiia kultura: vospitanie, obrazovanie, trenirovka*. 2023;(4):55–57. (In Russ.).

- | | |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 10. Холодов Ж. К., Кузнецов В. С. Теория и методика физического воспитания и спорта. М. : Академия, 2003. 480 с. | 9. Fizicheskaia kultura studenta. V. I. Ilinich (Ed.). Moscow: Gardariki; 2000. 448 p. (In Russ.). |
| | 10. Kholodov Zh. K., Kuznetsov V. S. Teoriia i metodika fizicheskogo vospitaniia i sporta. Moscow: Akademiia; 2003. 480 p. (In Russ.). |

Информация об авторах

М. А. Брусов – аспирант.

Н. В. Пешкова – доктор педагогических наук, доцент.

About the authors

M. A. Brusov – Postgraduate.

N. V. Peshkova – Doctor of Sciences (Pedagogy), Docent.